

Если вы решили кормить грудью, ничто не должно вам помешать.

Обязательно обсудите ваше решение и получите всю необходимую информацию и поддержку у своего поставщика медицинских услуг, медсестры, акушерки, а также родных и близких.

НА ЭТОМ ЭТАПЕ...	ГОВОРИТЕ...
На приеме у врача перед родами	«Я собираюсь кормить ребенка грудью. Я бы хотела основательно к этому подготовиться. Мне нужны имена и номера телефонов консультантов по грудному вскармливанию в моем районе и доступ к необходимой информации».
Во время родов	«Я собираюсь кормить ребенка грудью. Если роды пройдут нормально, я бы хотела взять ребенка на руки и дать ему грудь как можно скорее».
Если вы начали кормить ребенка грудью, но не уверены, что делаете это правильно	«Я не уверена, что мой малыш правильно захватывает грудь или сосет. Пожалуйста, пришлите ко мне медсестру или консультанта по грудному вскармливанию».
Если медсестра предлагает забрать ребенка в палату для новорожденных	«Я хочу, чтобы ребенок остался со мной. Так я смогу сразу дать ему грудь, если он проголодается».
Если пребывание ребенка в палате для новорожденных чем-то обусловлено	«Пожалуйста, не забывайте, что я кормлю его только грудью. Не давайте моему ребенку никаких смесей и принесите его ко мне, когда он проголодается».
Когда вы готовитесь к выписке	«Мне нужны имена и номера телефонов консультантов и групп поддержки грудного вскармливания, к которым я смогу обратиться, если возникнут проблемы или потребуется помощь».
Если персонал роддома предлагает вам пробники смесей	«Благодарю за предложение, но я кормлю только грудью и не даю ребенку никаких смесей».
Если родные и близкие хотят помочь и протягивают малышу бутылочку смеси	«Я кормлю ребенка только грудным молоком, потому что так полезнее. Но вы все равно можете мне помочь, например купить подгузники, помочь искупать ребенка, поговорить с ним, спеть ему песенку, взять его на руки, если мне понадобится отойти, принести мне стакан воды во время кормления...»

Что кормящая мама должна взять с собой в роддом

ЭТИ ПРЕДМЕТЫ ОБЛЕГЧАТ ПРОЦЕСС ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЛЯ ВАС И ВАШЕГО МАЛЫША:

- Бюстгальтер для кормления
- Прокладки в бюстгальтер (тканевые или одноразовые)
- Подушка для кормления
- Ночная рубашка либо пижама на кнопках или пуговицах спереди
- Халат
- Справочник по грудному вскармливанию

Соски и бутылочки брать с собой НЕ нужно

ДРУГИЕ ПРЕДМЕТЫ

- Автомобильное сиденье для младенцев на обратную дорогу (*Обязательно — требование законодательства штата Нью-Йорк*)
- Бальзам для губ
- Туалетные принадлежности
- Гигиенические прокладки



Грудное вскармливание — ничего нет лучше

За консультацией по грудному вскармливанию обращайтесь к поставщику медицинских услуг или звоните по телефону 311.

Кроме того, вы можете позвонить на телефон горячей линии Национальной консультативной службы по грудному вскармливанию (National Breastfeeding Helpline) по номеру 1-800-994-9662.